ملخص مادة

المهارات المهنية

الصف السادس الابتدائي
الترم الثاني

إعداد /
عبد اللطيف خطاب

(السلامة والإسعافات الأولية للحروق والصدمات الكهربائية)

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

- الحروق هي نوع من الإصابات التي تنتج عن التعرض للحرارة أو المواد الكيميائية أو التيار الكهربائي -

أنواع الحروق

الدرجة	التأثير	الأعراض
الدرجة الأولى وهي الأبسط	الطبقة الخارجية من الجلد أي طبقة البشرة	يسبب الحرق احمراً وألمًا للمصاب
الدرجة الثانية	تؤثر على الطبقة الخارجية (البشرة) والطبقة الثانية من الجلد (الأدمة).	أكثر إيلاماً، وغالباً ما يصحبها ظهور التقرحات وخطر الإصابة بالعدوى
الدرجة الثالثة وهي الأشد خطورة	جميع طبقات الجلد	تدمر جميع طبقات الجلد و تتطلب العلاج في المستشفى

(السلامة والإسعافات الأولية للحروق والصدمات الكهربائية)

* *

من أجل تجنّب الإصابة بالحروق

١- يجب توخي الحذر من المخاطر المحيطة

٢- توعية الآخرين بها بما تتطلبه من إسعافات أولية مناسبة

علاج الحروق البسيطة

١- ضع كريم أو مرهم الحروق على الجزء المصاب

٢- لف شاشاً خاصاً بالحروق برفق على الجزء المصاب

٣- بإمكانك استشارة الطبيب إذا استدعى الأمر لذلك

- اتِّصل بالإسعاف في حالات الحروق من الدرجة الثالثة أو من الدرجة الثانية الكبيرة .
- حقيبة الإسعافات الأولية في المدرسة بها مرهم الحروق .
- يمكن طلب المساعدة من الزائرة الصحية في المدرسة في حالات الحروق .

(السلامة والإسعافات الأولية للحروق والصدمات الكهربائية)

****

نصائح في حالات الحروق البسيطة

١ - عند حدوث حروق بسبب أشعة الشمس ، من الضروري أخذ حمام بارد.
٢ - إزالة أي إكسسوارات في محيط منطقة الحرق مثل: خواتم، أو ساعة، وغيرها.
٣ - غط منطقة الحرق برفق ولطف بشاش.
٤ - لا تلمس منطقة الحرق.
٥ - لا تستخدم العلاجات المنزلية مثل معجون الأسنان أو الليمون

إجراءات الإسعافات الأولية في حالات الصدمات الكهربائية

١ - فصل التيار الكهربائي
٢ - إخراج القابس من الكهرباء
٣ - التأكد من أن المصاب لا زال يتنفس بشكل طبيعي
٤ - وضع مرهم أوكريم الحروق على الجزء المصاب
٥ - اصطحاب المصاب إلى المستشفى لأن الحروق الكهربائية قد تتسبب بأضرار داخلية

(السلامة والإسعافات الأولية للحروق والصدمات الكهربائية)

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

نصائح في حالات الصدمات الكهربائية والحروق

١ - استخدم مادة غير موصلة للكهرباء مثل عصا خشبية لإيقاف التيار الكهربائي.

٢ - اتّصل بـ ١٢٣ إذا فقد المصاب وعيه أو إصابته بدوار أو تشوش أو حروق شديدة أو صعوبة في التنفس.

٣ - قم بإجراء إنعاش قلبي رئوي للمصاب، وذلك بوضع يدك على منتصفِ صدر المصاب والضغط عليها بقوة متوسطة لمساعدته على التنفس إلى حين وصول سيارة الإسعاف.

٤ - لا تلمس مصدر التيار مباشرة.

٥ - لا تلمس شخصا ما زال على اتصال مباشر بتيّار كهربائي.

٦ - لا تحرك شخصا مصاباً بإصابة ناجمة عن الكهرباء.

(إجراءات واحتياطات السلامة في أعمال السباكة)

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

السلامة في العمل

- ترتيب أماكن العمل يقلل من مخاطر التعثر .

- يتعرض السباكون للأبخرة والمواد الخطرة بمياه الصرف الصحي والرصاص والمواد الكيميائية والمياه الساخنة والأنابيب الساخنة .

- يجب توفير التهوية المناسبة

- الأدوات التي يستخدمها السباكون لحمايتهم أثناء العمل

الأدوات	الحماية
الأقنعة	من الغبار والأبخرة
القفازات	من المواد الكيميائية والحروق والحوادث من الآلات
النظارات الواقية	السوائل وتساقط الحطام
أحذية السلامة	الانزلاق والإصابة بالأدوات والقطع المتناثرة
الخوذات الواقية الصلبة	ضرورية في المناطق الصناعية

(إجراءات واحتياطات السلامة في أعمال السباكة)

****

- السلامة عند استخدام الأدوات

١- ارتداء القفازات والنظارات الواقية والأقنعة
٢- استخدام سقالات وسلالم مناسبة لتجنب السقوط
٣- يجب الحرص على عدم تبلل الأسلاك والأشرطة الكهربائية للوقاية من الصدمات الكهربائية
٤- عند استخدام مشعل البروبان للحام الأنابيب يجب إبقاء اللهب بعيداً عن المواد القابلة للاشتعال وتجنب إحراق أنفسهم

(إجراءات واحتياطات السلامة في أعمال السباكة)

* *

- تجربة إنشاء حوض وبالوعة (مصرف)

المواد اللازمة

(وعاء بلاستيكي كبير ليكون بمثابة حوض - مجموعة متنوعة من أنابيب البولي فينيل كلوريد المنحنية والمستقيمة الملولبة - تجهيزات أنابيب البولي فينيل كلوريد معجون لاصق مخصص للبولي فينيل كلوريد - منشار (لقطع الأنابيب -شريط مضاد للماء أو شريط سباكة - كوب أو حاوية صغيرة لجمع المياه – مياه - قلم تأشير أو طبشور- نظارات واقية أقنعة - قفازات سباكة)

الخطوات

١ - اعمل ثقبًا في أسفل الحوض البلاستيكي على أن يكون حجم الثقب أصغر بقليل من قطر أنبوب البولي فينيل كلوريد المستقيم.

٢- فيما تلتزم بإرشادات السلامة، قطع الأنابيب إلى الأشكال الصحيحة لإعداد البالوعة ومصيدة المياه. اقطع الأنبوب مباشرة على نحو مستقيم تاركا سطحا مستويا واستخدم تجهيزات الأنابيب والمعجون اللاصق المخصص للبولي فينيل كلوريد لجمع الأنابيب معا واترك المعجون يجف تماما.

٣- صب الماء في الحوض لاختبار عدم تسريب الأنابيب مع استخدام وعاء لجمع الماء.

٤- في حال لاحظت أي تسرب للمياه فجفف المنطقة، واستخدم شريطا مضادا للمياه أو شريط سباكة.

- تهدف مصيدة المياه إلى جمع المياه في مكانها، ما يمنع انتشار الغازات الكريهة الناجمة عن نظام الصرف الصحي في أنحاء المنزل لذلك فعند تصريف المياه تصرف الروائح الكريهة معه عبر الأنبوب .

(المربّى)

* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

- تعود بدايات المربّى إلى ١٥٠٠ عام .

- المربَى هي خليط مكون من ثمار الفاكهة أو بعض الخضروات ومضاف إليه السكر، وحامض الستريك (ملح الليمون) ومطهية على درجة حرارة ١٠٥ درجة مئوية حتى يتماسك قوامها

- تحتوي المربى على نفس العناصر الغذائية الموجودة في الفاكهة المصنوعة منها وتعتبر مصدراً جيداً للفيتامينات والأملاح المعدنية

الأدوات اللازمة لتصنيع المربى

- سكين ولوح تقطيع
- إناء كبير لطهي المربى
- ميزان رقمي
- برطمانات زجاجية للتعليب بأغطية
- ملعقة تقليب
- أداة لرفع البرطمان

المكونات

- فاكهة طازجة - سكر
- البكتين لتماسك قوام المربى (اختياري)
- حامض الستريك لحفظ المربى (٥ جم لكل كجم من السكر المضاف إلى المربّى)

(المربّى)

* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

الخطوات الأساسية لصنع المربّى

١- تحضير المكونات

- يجب غسل الفاكهة جيّدا وتقطيعها، وإزالة الأجزاء غيرالصالحة للأكل أو المتعفنة
- تحديد كمية السكر التي تحتاجها (بمقدار كجم سكر لكل كجم من ثمار الفاكهة)
- يمكنك إضافة البكتين (وهي مادة طبيعية مستخلصة من الفاكهة تساعد على تماسك المربّى)
- (تحتوي بعض الفاكهة ، مثل التفاح على نسبة بكتين أعلى من غيره)

٢- خلط المكونات وطهيها

- ضع الفاكهة والسكر في إناء و يُقلب الخليط على نار هادئة للطهي وإذابة السّكر
- يُضاف حامض الستريك إلى القليل من الماءِ الدافيء ويقلب الخليط مرة أخرى حتى يصبح المربى جاهزاً

٣- تحضير البرطمانات والأغطية

- تعقيم البرطمانات جيّدا في إناء وغمرها بالماء، دع البرطمانات تغلي لمدة عشر دقائق، ثم استخدم أداة رفع البرطمانات لإخراجها من الإناء ويجب تعقيم الأغطية أيضاً .

٤- التعليب

تُعبأُ المربّى وهي ساخنة في البرطمانات وتترك حتّى تبرد ثم تُغلق بإحكام

عبد اللطيف خطاب

(اللبن الزبادي)

* *

- هو لبن متخمر بأنواع من بكتيريا حامض اللكتيك وهي بكتيريا مفيدة للجهاز الهضمي .
- يعتبر اللبن الزبادي مصدرا جيدا للبروتين والكالسيوم
- من الوجبات الخفيفة التي يمكن تناولها على الفطور أو العشاء .

خطوات صناعة اللبن الزبادي

١ - التسخين

يُسخن اللبن إلى ٩٠ درجة مئوية لمدة ١٠ دقائق لقتل الميكروبات الضارة لتحسين القوام النهائي .

٢ - التبريد

يُبرَّد اللبن بسرعة لتصل حرارته إلى ٤٠ درجة مئوية ، وهي أفضل درجة حرارة لنمو البكتيريا المفيدة (الصحية) وتجنب نمو الميكروبات الضارة .

٣ - إضافة بادئات التخمر

بادئات التخمر هي زبادي من يوم سابق، وتتم إضافته بمقدار (٢ ملعقة صغيرة لكل كجم لبن) ويذاب البادئ في قليل من اللبن المبرد عند ٤٠ درجة مئوية ، ثم يعبأ في عبوات بلاستيكية نظيفة وجافة

(اللبن الزبادي)

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

٤-التحضين

يُحفظ الخليط في درجة حرارة تتراوح ما بين ٤٠ و ٤٥ درجة مئوية لمدة ٤ : ٨ ساعات، خلال هذا الوقت، يتحول سكر اللاكتوز (سكر اللبن) إلى حامض اللاكتيك بفعل البكتيريا ما يعطي الزبادي ويمنحه قوامه السميك.

٥- الحفظ

يُحفظ اللبن الزبادي في الثلاجة في عبوات معقمة ومغلقة

المشكلات التي قد تظهر عند صنع الزبادي

العيوب أو المشكلات	الأسباب
طعم الزبادي لاذع جدا أو حمضي	استغرقت فترة التحضين وقتاً طويلا
الزبادي قوامه غير متماسك	انخفاض درجة حرارة التحضين عن أقل من ٤٠ : ٤٥ درجة مئوية
تشريش الزبادي (ظهور الشرش على السطح)	ارتفاع درجة حرارة التحضين ، وطول مدة التحضين

(المشروبات الصحية بديل للمشروبات غير الصحية)

****

الآثار السلبية للمشروبات الغازية

١ - السكريات الموجودة في المشروبات الغازية تؤدي إلى مشكلات صحية منها زيادة الوزن

٢- تناول كميات زائدة من السكر المضاف يؤدي إلى رفع مستويات السكر في الدم؛ ما يساهم في الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني .

٣- أثبتت بعض الدراسات وجود علاقة مباشرة بين تناول المشروبات السكرية وارتفاع ضغط الدم، فضلا عن زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والسرطان .

٤ - قد يعيق حمض الفوسفوريك الموجود في المشروبات الغازية عملية امتصاص الجسم للكالسيوم الضروري لصحة العظام .

٥- خلو المشروبات الغازية من الفيتامينات والمعادن والبروتينات والألياف .

٦- المشروبات الغازية تقلل من تناول المشروبات والأطعمة الأخرى التي تمد الجسم بالعناصر الغذائية التي يحتاجها وبالتالي الإصابة بسوء التغذية بسبب الإفراط في تناول السكر فقط دون استهلاك ما يكفي من العناصر الغذائية .

الآثار السلبية للمشروبات الغازية الدايت

١ - المحليات الصناعية (كبديل للسكر) لها تأثير ضار على البكتيريا المفيدة الموجودة في الجهاز الهضمي .

٢ - هذه التغيرات تحد من قدرة الجسم على معالجة السكر بفعالية ، مما يؤثر على امتصاص العناصر الغذائية الأساسية ويجعلها أكثر صعوبة.

٣ - استهلاك المحليات الصناعية يؤدي إلى زيادة الشهية، وبالتالي زيادة استهلاك السعرات الحرارية وفي النهاية زيادة الوزن .

(الوجبات السريعة)

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

- الوجبات الغذائية قديماً كانت تتميز ب

١ - كانت تراعي الاحتياجات الغذائية لكل مرحلة من مراحل النمو (الأطفال، المراهقين، البالغين ، المسنين)

٢ - كانت تراعي الاحتياجات الغذائية اللازمة عند ممارسة الألعاب الرياضية المختلفة .

٣ - كان الناس يستمتعون بطعامهم، وكانت النكهات لذيذة وغنية بالمكونات الصحية والمغذية

- علي سبيل المثال (الكبده الاسكندراني مع الفلفل الملون)

وهذه الوجبة لذيذة للغاية و صحية.

فالكبده تعد مصدرا غنيا بالبروتين، والحديد، والفيتامين B2 والفيتامين B12 والفيتامين A

والفلفل غني بالفيتامينات C، E، A، K1 وحمض الفوليك، والبوتاسيوم

- أسباب تفضيل الشباب للوجبات السريعة الجاهزة

١ - ظهور سلاسل مطاعم الوجبات السريعة الدولية في المدن المصرية خلال فترة التسعينيات بشكل كبير في زيادة الإقبال على الوجبات السريعة.

٢ - اكتسبت أكشاك ومطاعم الوجبات السريعة المصرية المحلية شعبية كبيرة من خلال تقديم وجبات سريعة بتكلفة مناسبة

٣ - ظروف العمل الصعبة ، لا سيما في المدن الكبرى، تجعل الأمر أكثر ملاءمة للأفراد للبقاء في أماكن عملهم وطلب وجبة سريعة تمدهم بالطاقة اللازمة

(الوجبات السريعة)

* * * * * * * * * * * * * * * * * * *

أضرار الوجبات السريعة

١ - احتواؤها على نسبة عالية من السكر والدهون والكربوهيدرات
٢ - تفتقر إلى الألياف والفيتامينات والمعادن الأساسية.
٣ - زيادة الوزن وسوء التغذية، حيث يتلقى الجسم وفرة من الطاقة من دون أن يحصل على ما ما يكفيه من العناصر الغذائية .
٤ - أكثر من ٣٥ ٪ من الأطفال وما يقارب من ٤٠٪ من البالغين في مصر يعانون حالياً من زيادة الوزن أو السمنة .
٥ - ارتفاع انتشارمرض السكري من النوع الثاني ، وضغط الدم، وأمراض الكبد الدهني، إلى جانب ظهور أمراض مثل فقر الدم الناتج عن نقص الحديد .
٦ - العديد من الأطفال يعانون من تأخر النمو وسوء التغذية بسبب وجباتهم الغذائية غير الصحية التي تفتقر إلى العناصر الغذائية اللازمة للنمو السليم .

(الوجبات السريعة)

* *

معلومات تهمك

- رواج المنتج هو أساس الحفاظ على العمل .
- المناظرة هي تبادل الآراء والحجج حيث يقدم أحد الفريقين حججاً لصالح موضوع ما، ويقدم الفريق الآخر حججا ضده ويرد كل فريق على حجج الفريق الآخر .
- الحُجة القوية هي تلك المدعومة بالأدلة مثل الحقائق والبيانات الإحصائية والتجارب الشخصية وتكون من مصادر موثوقة للبحث عن معلومات، مثل المكتبات وشبكة الإنترنت، وبنك المعرفة المصري، والجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء(CAMPAS) ومقالات الصحفيين الموثوقين .
- المناظر الكفؤ هو ذلك الذي يكون على استعداد للرد على حجج الطرف المقابل.
- يكون لكل فريق فرصة لتقديم الحجج والاستماع إلى الحجج المضادة والرد عليها .
- الفائز في المناظرة يكون بناء على قوة حجته .

(البدائل الصحية للوجبات السريعة)

* * * * * * * * * * * * * * * * *

- من المهم قراءة العبارات المدونة على العبوات الغذائية من أجل مقارنة قيمتها الغذائية بالمعلبات الغذائية الأخرى .
- يجب تشجيع الناس على استبدال الوجبات السريعة والمشروبات الغازية ببدائل صحية معدة في المنزل .
- الوجبة الصحية المعدة في المنزل لذيذة وغنية بالعناصر الغذائية الأساسية .
- يمكن أن تصبح الوجبات التقليدية لذيذة وتمتلك مزيجا من النكهات وتشبع وذلك من خلال إضافة الأعشاب والتوابل والثوم والبصل .
- ويمكننا أيضا رفع القيمة الغذائية من خلال إضافة الخضراوات والحبوب الكاملة والبقوليات ومسحوق الفول السوداني .
- وتشتهر البيئات المصرية بالكثير من الأطباق التقليدية الصحية واللذيذة مثل :

١- الملوخية وهي من الأطباق ذات القيمة الغذائية العالية .

٢-الفول المدمس وهو مصدر نباتي للبروتين والألياف .

المنطقة	الوجبة التقليدية المشهورة
دلتا النيل	طبق (المحشي) وهو عبارة عن لف أو حشو الأوراق أو الخضراوات بالأرز والطماطم والبصل والبقدونس وغيرها من الأعشاب
الصعيد	طبق الويكا (البامية) والكشك الصعيدي (بدقيق القمح)
سيناء	طبق (المندي) وهو عبارة عن (فراخ أو لحم مطهو على الفحم في براميل مدفونة تحت الأرض)
البيئات الساحلية	طبق " الصيادية" من، وهو عبارة عن طبق من السمك والأرز

(البدائل الصحية للوجبات السريعة)

****

بدائل الوجبات السريعة

الوجبات السريعة	البدائل
الأطعمة المقلية بالزيت، وبخاصة الدهون المشبعة غير الصحية	الأطعمة المشوية أو المطهوة بالبخار أو في الفرن بكمية قليلة من الزيت الصحي، مثل زيت الزيتون
الوجبات الخفيفة التي تحتوي على نسبة عالية من السكر مثل الحلوى والمعجنات	الوجبات الخفيفة التي تحتوي على نسبة منخفضة من السكرأو بدون سكر، مثل الفاكهة مع الزبادي أو الفواكه المجففة أو البسكويت المدعم بالشوفان والحبوب الكاملة
رقائق الذرة والبطاطس التي تحتوي على كميات عالية من الملح والدهون	الأطعمة قليلة الدسم والملح، مثل الفيشار أو المكسرات
الخبز والكعك منخفض الألياف المصنوع من الدقيق الأبيض	الخبز الذي يحتوي على دقيق الحبوب الكاملة أو مسحوق الفول السوداني والبذور التي تزيد من محتوى الألياف والمغذيات.
الوجبات السريعة، التي تحتوي على كميات عالية من الملح، واللحوم منخفضة الجودة، والخبز الأبيض	الأطعمة المعدة في المنزل، مثل البرجر قليل الملح، واللحوم الخالية من الدهون أو البقوليات ذات الجودة الأفضل، والخبز المصنوع من الحبوب الكاملة، ومزيج الخضراوات، مثل السلطة

(الترويج للسياحة عبر المسرح)

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

- الإله (رع) إله الشمس عند قدماء المصريين .
- عند تقديم مسرحية في المدرسة يجب توزيع الأدوار ومشاركة الجميع في العمل
- يحتاج العمل المسرحي إلى (مؤلف سيناريو – مصمم أزياء – مصمم ديكور – التمثيل – الإخراج المسرحي – فني الإضاءة – مدير المسرح) .
- يمكن استخدام قصاصات الأوراق والنسيج الملونة لصنع الأزياء
- يمكن استخدام ورق الكرتون لصنع الديكور .
- يمكن استخدام عدة كراسي معاً لصنع أريكة .
- المشهد هو جزء من المسرحية ككل .
- الإعداد هو الإطاران المكاني والزمني اللذان تحدث فيهما المسرحية .
- الحبكة هي سلسلة من الأحداث المترابطة .

خطوات تنفيذ المسرحية

١ - بلورة الأفكار وكتابة السيناريو

- يشارك الجميع بأفكار إبداعية ، أو يمكن أن يتولى فرد موهوب كتابة السيناريو ويتوزع الآخرون على الأعمال الأخرى
- حدد موضوع كل مشهد واختر الشخصيات
- يجب أن يحدث كل مشهد من المسرحية في إطار زمني ومكاني مختلف، وأن يكون لكل مشهد بداية وعقدة وخاتمة ، ويجب أن يتناغم المشهدان ليعطيا قصة واحدة مترابطة .

(الترويج للسياحة عبر المسرح)

****

٢- إعداد الأزياء والعناصر الداعمة وتصميم الموقع

- فكر تفكيراً إبداعياً لإعداد قائمة بجميع المناظر وعناصر الأزياء والإعداد والموسيقي والعناصر الداعمة التي ستحتاج إليها.
- فكر في المواد التي يمكنك استخدامها، ولتكن من البيئة المحيطة بك؛ على سبيل المثال، ملابس وقبعات من دولابك في المنزل .

٣- تعيين الأدوار وعمل بروفات للتدريب على المشاهد

- حدد الممثلين والمخرجين ومدير المسرح وفني الإضاءةويمكن إضافة عناصر أخرى، مثل الموسيقى أو تصوير المسرحية بالفيديو.
- احرص على اتباع احتياطات الأمان أثناء وجودك على خشبة المسرح

٤- أداء المشاهد للجمهور

- أد المسرحية التي أعددتها أمام باقي زملائك في الفصل أو المدرسة ، أو أمام أفراد أسرتك أو أفراد المجتمع

عبد اللطيف خطاب

****

احتياطات السلامة على المسرح

١ - التحقق من عدم وجود أسلاك إضاءة أو ميكروفون على الأرض قد تتسبّب بتعثّرهم .
٢ - التأكد من تركيب الجدار وديكور النافذة كي لا يسقطا .
٣ - لا تسطع إضاءة المسرح في عيون الحضور .
٤ - لا يلمس أي أحد معدات الإضاءة إلا الفني .
٥ - يتبع الممثلون التعليمات حول مكان الوقوف وكيفية التحرك على المسرح حتى لا يتعثروا أو يصطدم بعضهم ببعض عن طريق الخطأ .

(شخصيات مصرية مؤثرة)
(السيدة صفية زغلول)

* *

- ولدت عام ١٨٧٨ م وتوفيت عام ١٩٤٦ م
- هي صفيَة مصطفى ابنة مصطفى فهمي باشا من أوائل رؤساء وزراء مصر منذ أن عرفت مصر نظام الوزارة .
- وفي العام ١٨٩٦ تزوجت من القاضي المصري سعد زغلول باشا، ويرجع سبب تسميتها بصفية زغلول إلى ذلك .
- كان للسيّدة صفيّة وزوجها حلم مشترك في تحرير مصر من الاحتلال البريطاني .
- كانت مخلصة لزوجها وشجاعة في دعمها له .
- ركزت على حقوق المرأة في وقت كانت حقوق المرأة المصرية فيه قليلة وكان تدخلها نادراً .
- شاركت النساء في الثورة ضد الاحتلال البريطاني بشكل سلمي وتدرجت أعمالهن من توقيع العرائض إلى إطلاق حملات المقاطعة ، لذلك أصبحت ثورة مارس ١٩١٩ ثورة محورية في إعادة تشكيل مستقبل كل من مصر والنساء المصريات .
- قادت السيّدة صفيّة زغلول المتظاهرين، وهن نساء مصريات من كافة الخلفيات الاجتماعية والاقتصادية في ثورة ١٩١٩ م لتحرير مصر من الاحتلال البريطاني .
- حققت الثورة أهدافها، ففي العام ١٩٢٢ م استعاد المصريون حقهم في تقرير مصيرهم .
- في العام ١٩٢٣ م تمت صياغة دستور جديد .
- بالإضافة إلى ذلك، اكتسبت النساء المصريات حقوقا أكثر وأصبحت تشارك في كل مجال من مجالات المجتمع .

(شخصيات مصرية مؤثرة)
(السيدة صفية زغلول)

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

- ولقب المصريون السيّدة صفيّة زغلول بـ (أم المصريين) تعبيراً عن حبّهم لها واحتراما لمشاركتها في تصميم مصر على نيل استقلالها من الاحتلال البريطاني وعلى تعزيز حقوق المرأة .

- كُتب العديد من المقالات حول شجاعتها .

- سُميت بعض الشوارع في القاهرة والإسكندرية على اسمها .

- وعند وفاتها عام ١٩٤٦ د فنت إلى جانب زوجها الذي توفي عام ١٩٢٧ في حي السيّدة زينب في شارع سعد زغلول في القاهرة .

- في عام ١٩٥٢ م حول منزل آل زغلول المعروف ب(منزل الأمة) إلى متحف .

- يعكس المنزل شخصية السيدة صفية زغلول، فهي ذكية ومتعلمة ومثقفة .

- نظرا لكونها تجيد الفرنسية وتحب القراءة، كانت تحتوي مكتبتها الخاصة على مجموعة من الكتب واللوحات الفنية لمختلف الفنانين في ذلك العصر

(المستكشف النشط)

(السيدة روزوم مورتون)

* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

- هي ممرضة تعمل بقسم الجراحة في أحد المستشفيات بالولايات المتَحدة الأمريكية، وهي أيضا مستكشفةفي ناشيونال جيوجرافيك .

- وثَقت بالصور التي التقطتها خلال جائحة فيروس كورونا (كوفيد – ١٩) إجراءات السلامة المتّبَعة ومعدات الوقاية الشخصية التي كان العاملون في مجال الرعاية الصحية يستخدمونها لمنع انتشار الفيروس .

- ارتداءهم الكمامات الواقيةِ، والنظارات الواقية، والقفازات ساهم في الحد، بشكل أفضل من انتشار الوباء، ويتم اتباع هذه الإجراءات الاحترازية في المستشفيات بصفة عامة .

- يتضمن مجال التمريض العديد من التخصصات المختلفة؛ فمثلا يتولى ممرضو غرف الطوارئ رعاية الأشخاص الذين يحتاجون إلى إسعافات أو لية أو عناية فورية بسبب التعرضِ لإصابة أو حالة مرضية، ويعملون مع الأطباء لتحديد ما إذا كان يمكن علاج المشكلة سريعا أم أنها تتطلب مزيدا من العناية المركزة .

- ويتلقى العاملون في مجالِ التمريض تدريبا لكي يتمكنوا من تقديم الإسعافات الأولية للأفراد الذين يعانون من حالات طبية طارئة من بينها النوبات القلبية، والسكتات الدماغية، والكسور، والآلام المبرحة، والجروح الخطيرة .

- وبصفة السيدة مورتون ممرضة في قسم الجراحة فإنها تختص برعاية المرضى الذين يعانون من إصابات أو حالات مرضية تتطلب تدخلا جراحيا، وتتأكد من توفر كل ما يحتاج إليه الفريق الجراحي أثناء الجراحة، فعندما تعمل كممرضة مساعدة للجراح أثناء الجراحة، تقوم بتجهيز المعدات والأدوات وتعطيها إلى الجراحين خلال إجراء الجراحة .

(المستكشف النشط)

(السيدة روزوم مورتون)

* * * * * * * * * * * * * * * * * * *

- يتلخص نطاق عمل السيِّدة روزم مورتون في المساعدة في جراحات الحالات الحرجة التي يُعيق فيها جسم غريب مجرى الهواء .

- يحرص الممرضون في المقام الأول على تقديم الرعاية إلى الأشخاص الذين يحتاجون إلى ذلك ، وبالتالي فهم يؤدون عملا قيما ويقدمون إسهامات عظيمة للمجتمع .

- يحظى العاملون في مجال التمريض بتقدير كبيرلجهودهم في رعاية المرضى .

- تقدم السيدة مورتون نصائح قيمة للشباب لمساعدتهم على اتباع نمط حياة سليم وصحي وذلك من خلال :

١ - أهمية اختيار الأطعمة المغذية

٢ - إعطاء الأولوية للحصول على قسط كاف من النوم

٣ - ممارسة الرياضة بانتظام

٤ - البقاء على تواصل مع أفراد الأسرة والأصدقاء

- مع أن هذه الأمور قد تبدو كممارسات بسيطة يسهل اتباعها، فإنه غالباً ما يتم تجاهلها عند الانشغال بالدراسة أو العمل أو السفر، أو المرور بمواقف عصيبة .

- من خلال دمج هذه العادات بشكل واع، يمكن للأفراد الحفاظ على صحتهم ورفاهيتهم وتعزيز جودة حياتهم بشكل عام .

(المستكشف النشط)

(السيدة روزوم مورتون)

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

كيفية مساعدة الفرد الذي يعاني من الاختناق

١ - إذا كان يستطيع أن يتنفس فشجعه على السعال .

٢ - إذا لم يستطع السعال قم بإمالته إلى الأمام

٣ - إذا لم يتمكن من الكلام أو التنفس قم بإجراء ضغطات البطن كما يلي :

١ - قف خلف الفرد وضع يديك حول خصره، ثم ارفعهما قليلا إلى الأعلى .

٢ - اقبض إحدى يديك .

٣ - ضع يدك المقبوضة فوق سرة الفرد قليلا وأمسكها محكما بيدك الأخرى .

٤ - اضغط بقوة على بطن الفرد بحركة سريعة إلى الأعلى كما لو كنت تحاول رفعه .

٥ - كرر العملية خمس مرات إذا لزم الأمر.

(تطوير مهارات الأعمال)

* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

- **امتلاك مجموعة متنوعة من المهارات الفنية** (Hard Skills)
والمهارات الشخصية (Soft Skills) **أمر بالغ الأهمية**

- **بمجرد الانخراط في التجارب التعليمية والعملية يمكن للأفراد ممارسة هذه الكفاءات المهنية وتطويرها بسهولة**

- **نجاح الموظف أو فشله في الأسواق العالمية والمحلية اليوم متعلق إلى حد كبير باكتسابه مهارات مختلفة ومتنوعة .**

- **هذه المهارات ضرورية في تحقيق الأداء الفعال للمجتمعات ككل .**

المهارات الفنية (Hard Skills)

- **يزود التدريب المهني المتخصص الأفراد بالمهارات الفنّية لقطاعات الأعمال**

- **تشمل هذه المهارات**

١ - التدريب الأكاديمي في مجالات مختلفة مثل الصناعة والزراعة والأزياء والفنون.

٢ - مجموعة من المعارف بما فيها فهم مبادئ الهندسة والتصنيع في المهن الصناعية، وإتقان تقنيات حياكة الملابس في تصميم الأزياء وتحديد النباتات المناسبة في تصميم وتنسيق الحدائق

- **لتحقيق النجاح يجب**

١ - اكتساب المعارف الابتدائية أولاً .

٢ - مواصلة التعلم مدى الحياة .

٣ - الاطلاع على آخر المستجدات في مجال العمل .

(تطوير مهارات الأعمال)

* *

المهارات الشخصية Soft Skills

- هي المهارات غير الفنّية الضرورية لإنجاز المهام في بيئة عمل احترافية .

- يمكن اكتساب بعض هذه المهارات من خلال :

١ - التعلم الأكاديمي

٢ - انخراط الفرد في مكان العمل .

- تشمل المهارات الشخصية (التفكير التحليلي والإبداعي والمرونة والقدرة على التكيّف، فضلاً عن التحفيز والوعي الذاتي)

(تطوير مهارات الأعمال)

* *

اكتساب المهارات في مكان العمل

- تطوير المهارات الشخصية يجب أن يتم مبكراً في المراحل العمرية المبكرة

- يمكن تطوير المهارات الشخصية من خلال :

١ - خلال المراحل الدراسية يكون الطالب منظماً ودقيقاً ومستمعا جيداً كذلك يجب أن يكون قادراً على إنجاز المهام المكلف بها بدقة وفي الوقت المحدد

٢ - خارج حدود المدرسة يمكن للطالب استئذان أحد أقاربه وزيارته في مكان عمله للتعرف على بعض المهارات الشخصية واكتسابها .

٣ - عندما يكبر في السن قليلاً يمكن العمل في وظائف لفترة محددة من الزمن أو فرص التدريب ويوفر له ذلك :

أ- اكتساب المهارات التي تفيده عند الدخول في سوق العمل فعلياً

ب - استكشاف ما إذا كانت وظيفة معينة تتماشى مع تطلعاته المهنية .

ج - تطور لديه شبكة من العلاقات المهنية التي سيجدها مفيدة عند انخراطه فعلياً في سوق العمل

٤ - العمل التطوعي ومن خلاله يمكن :

أ – اكتساب مهارات وخبرات قيمة

ب – تحقيق للمواطنة المسئولة في خدمة المجتمع .

ج - يساهم في تكوين علاقات اجتماعية تقوده إلى تطوير ذاته وتعلم مهارات جديدة

(فن تنسيق الأزهار)

* *

- يُعتبر فن تنسيق الأزهار من الفنون العريقة القديمة .

- يعتمد الفن على شخصية المنسق وذوقه وبراعته .

شروط تنسيق الأزهار

١ - يجب أن تكون سيقانها متماسكة

٢ - لها أعناق طويلة تخزن بها كمية من الغذاء مما يساعد على طول عمر الأزهار بعد قطفها

٣ - اختيار أواني تنسيق الأزهار والتي تتعدد خاماتها من الكريستال أو الخشب أو الزجاج أو الخزف

حفظ الأزهار بعد قطفها

١ - يجب إزالة الأوراق الموجودة على الجزء السفلي من ساق الأزهار (لأن الأوراق تكون سريعة التعفن)

٢ - يُقطع ساق الزهرة قطعا مائلا قبل وضعها في الزهرية.

٣ - يجب إجراء عملية تبريد للأزهار بغمر سيقانها في ماء بارد لمدة ساعة.

٤ - يمكننا إضافة قليل من السكر في ماء الزهرية لمد الأزهار بالطاقة وإضافة قرص من الأسبرين لحفظها .

٥ - يُراعى عدم وضع الأزهار في أماكن معرضة للتيارات الهوائية ، أو أشعة الشمس المباشرة، وخفض شدة الإضاءة المعرضة لها .

(فن تنسيق الأزهار)

* *

طرق تنسيق الأزهار

يُراعى عند تنسيق الأزهار

أ - أن يكون هناك تناسق وتوافق بين لون وشكل وحجم الإناء وشكل الأزهار
ب - تناسب بين حجم التنسيق والمكان الذي سيوضع به

١ - التنسيق المتناظر (المتماثل)

حيث يوضع أطول أفرع الأزهار في منتصف الإناء، ويكون الجانبان متشابهين في ألوان الأزهار

٢ - التنسيق غير المتناظر (غير المتماثل)

حيث يوضع أطول أفرع الأزهار في منتصف الإناء، ويكون الجانبان غير متشابهين في ألوان الأزهار

٣ - التنسيق الرأسي

يُستخدم في الأواني ذات الفوهة الضيقة ، حيث توضع الأزهار بشكل متدرج في الطول

- من أمثلة الأزهار (الورد – القرنفل – النرجس – جلاديولس)

(فن التطريز وإعادة التدوير للملابس)

* *

- إعادة تدوير الملابس القديمة لتواكب الموضة مهم جدا بسبب :

١- الميزانية الكبيرة لشراء الملابس المواكبة للموضة

٢- الأضرار البيئة لإنتاج الملابس الذي يتطلب كميات كبيرة من الطاقة وينتج عنه مخلفات متراكمة .

- إعادة تدوير الملابس القديمة وتحويلها لملابس جديدة دليل على دورك في حماية البيئة .

- فن التطريز يعود إلى عهد المصريين القدماء، إذ اكتشف أول عمل تطريز في مقبرة الملك توت عنخ آمون.

- استخدم المصريون القدماء خيوط الذهب لصنع القطع المهمة .

- يمكن أن نستوحي أفكار التطريز من

١- التصاميم المستوحاة من الطبيعة ، كالأزهار وأوراق الأشجار، و أيضا الأنماط الهندسية أو التصاميم التقليدية مثل زهرة لوتس .

٢- الأعمال اليدوية مثل مفارش المائدة وأغطية الوسائد .

٣- مطالعة المجلات أو البحث على شبكة الانترنت .

٤- اللوحات الجدارية المعاصرة وغيرها من الأعمال الحرفية الجذابة .

- يرسم التصميم على الورق أولاً قبل تنفيذه على الطبيعة .

- يمكنك نقل تصميمك إلى قطعة ملابسك باستخدام قلم رصاص أو ارسمه على ورقة بالحجم الذي تريده تماما وحدد على الجانب الآخر من الورقة لنقل الرصاص إليها، ثم ضع الجهة الصحيحة من الورقة على قطعة الملابس لنسخ تصميمك

- استخدام الخيوط المتوفرة وعدم الإفراط في استخدام الخيوط أكثر أهمية للبيئة .

- يتم التطريز عبر العديد من الغرز منها (الحشو – البطانية – السراجة – السلسلة – الفرع) .

- يجب أن تكون الغرز مرتبة والتصميم جذاب .

- يمكن التطريز على التابلوهات وأغطية الوسائد ومفارش المائدة والملابس

- يجب أن تأخذ إذن ولي أمرك قبل إعادة تدوير ملابسك

(صنع فانوس)

* * * * * * * * * * * * * * * * *

- الفوانيس تُستخدم للاحتفال بحلول شهر رمضان المبارك، فتزين الشوارع والبيوت بالفوانيس الملونة أو التقليدية احتفالا بالشهر الكريم .

طريقة صنع فانوس

١- التخطيط

أ- يمكن صناعة فانوس من الخشب لسهولة التعامل معه ويتم تزيينه بالقماش لأن القماش يتيح التزيين بالتطريزات المختلفة .

ب - اختيار التصميم الذي يعجبك ، يمكنك البحث على الانترنت لتصل إلى ما تريد .

ج- استخدام الأدوات والمواد اليدوية الأساسية، كالمنشار، والمثقاب، ومسدس الشمع، وفرشاة طلاء، وقطع خشب صغيرة، وورق صنفرة، والطلاء، وورق الكلك لنسخ التصميم، وغراء مخصص للخشب ، ضوء يعمل بالبطارية ، قصاصات ورق وأقلام رصاص والقماش للتزيين .

٢- التنفيذ

أ – ارتداء النظارة الواقية والتأكد من أن الأدوات تعمل بشكل صحيح .

ب – تقطيع الخشب

ج – تجميع أجزاء الفانوس بالغراء

د – الصنفرة والطلاء

هـ - وحتى يجف الفانوس يمكن تنظيف الأدوات ووضعها جانباً .

(صنع فانوس)

* *

٣- التزيين والتطريز

أ - يمكن استخدام أحد التصميمات المصرية القديمة أو الأشكال الهندسية أو المستوحاة من الطبيعة ، ويمكن إضافة قصاصات في التصميم للسماح لمزيد من الضوء بالمرور، ولجعل (الفانوس) أجمل .

ب - نلف ورقة الكلك أو الشفاف حول (الفانوس) لقياس حجمه ، ثم نقص الورقة وفق ذلك ، بعدئذ يرسم التصميم على الورقة بحجم مئة في المئة ، وينسخ على القماش .

ج - اختيار الغرز التطريزية ؛ حيث تستخدم غرزة الفرع لتحديد خطوط التصميم ، وغرزة الحشو لملء الفراغات .

د – يوضع داخل (الفانوس) ضوءاً يعمل بالبطارية ، ويغلف الفانوس بالقماش المطرز ويثبت عليه بمسدس الشمع .

(الترويج لابتكاراتك)

* *

عرض الأعمال الفنّية

- تصميم شعار جذاب للعلامة التجارية يؤدي دورا محورياً في تفرد المنتج عن غيره .
- يتكون الشعار من رمز أو كلمة تعبر عن المنتج أو العمل .
- زهرة اللوتس ترمز إلى العطاء وهو ما يناسب العمل الخيري مثلاً .

تصميم مكان للعرض

لكي يكون مكان العرض مميزاً وجذاباً ينصح ب :

١ - نحدد حجم الكشك الذي نريد نصبه ونخطط لكمية المنتجات التي نريد عرضها.

٢- نستخدم الرفوف أو الدعائم لإضافة مساحة إلى العرض بشكل عمودي فوق الكشك.

٣- نستخدم لافتات أو شاشات عرض أو غطاء طاولة طويل لإخفاء الفوضى والمعدات.

٤- نتدرب على كيفية عرض منتجاتنا ونتلقى الملاحظات والمقترحات من الزملاء .

الترحيب بالعملاء

١ - الترحيب بالعملاء بطريقة ودية يجعل الإقبال على مكان عرض أعمالك أكبر .

٢ - تصميم دعوات بطريقة مختلفة وتصاميم مميزة سيلفت نظر العملاء .

البقاء على تواصل

عمل ملصقات ترويجية لمنتجك أو مكان عملك من خلال رسم العلامة التجارية التي صممتها والشعار ومواعيد وأماكن العرض.

(شخصيات مصرية مؤثرة
د. أحمد مستجير)

* * * * * * * * * * * * * * * * *

-ولد عام ١٩٣٤ وتوفى عام ٢٠٠٦ م .

- ولد في قرية الصلاحات بمركز بني عبيد في محافظة الدقهلية

- تدرج في التعليم حتى حصل على البكالوريوس من كلية الزراعة جامعة القاهرة .

- عمل مهندسا زراعيا لمدة قصيرة في الإصلاح الزراعي بعزبة (الفؤادية) قرب قريته (الصلاحات) .

- في أواخر سبتمبر ١٩٦٠ حصل على منحة من المركز القومي للبحوث للحصول على درجة الدكتوراه من جامعة دنبرة في بريطانيا .

- في ١٤ نوفمبرعام ١٩٦٣ حصل على درجة الدكتوراه .

- عاد إلى القاهرة ليعمل مدرسا في كلية الزراعة جامعة القاهرة .

- تدرج في الدرجات العلمية حتى حصل على الأستاذية ، وأصبح عميدا للكلية من عام ١٩٨٦ إلى عام ١٩٩٥ م .

- حشد جهوده في استنباط أنواع جديدة من المحاصيل، وكذلك في مجال الإنتاج الحيواني؛ فأسس مركز علوم الوراثة وأصبح رائد علم الهندسة الوراثية في مصر والعالم العربي .

- شارك في عضوية ١٢ هيئة وجمعية علمية وثقافية؛ ومنها: مجمع الخالدين، والجمعية المصرية لعلوم الإنتاج الحيواني، والجمعية المصرية للعلوم الوراثية، واتحاد الكتاب، ولجنة المعجم العربي الزراعي، ومجمع اللغة العربية في القاهرة .

(شخصيات مصرية مؤثرة
د. أحمد مستجير)

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

- يعتبر مشروع (زراعة الفقراء"، أحد أبرز إنجازاته ، الذي بدأ العمل فيه عام ١٩٨٩ بمساعدة عدد كبير من المتخصصين في مجال الزراعة ، لاستنباط سلالات من القمح والأرز، تتحمل درجات عالية من الملوحة والجفاف بهدف الاستفادة منها في زراعة الصحراء في الدول النامية .

- له العديد من المؤلفات والمترجمات في مجال الزراعة فمن مؤلفاته (مقدمة في علم تربية الحيوان) (التحسين الوراثي لحيوانات المزرعة) (النواحي التطبيقية في تحسين الحيوان والدواجن) .

- وله أيضاً العديد من الكتب المترجمة في العلوم والفلسفة، ومنها: "التطور الحضاري للإنسان (ارتقاء الإنسان) (الربيع الصامت) (الانقراض الكبير) (عصر الجينات والإلكترونيات) (البذور الكونية) وغيرها .

- له أيضا العديد من الإسهامات في الكتابات الأدبية وعروض الشعر مثل (الأدلة الرقمية لبحور الشعر العربي) (علم اسمه السعادة) وغيرها .

- حصل الدكتور أحمد مستجير على العديد من الجوائز؛ على سبيل المثال لا الحصر، جائزة الدولة التقديرية للعلوم والزراعة، وسام العلوم والفنون من الطبقة الأولى، جائزة مبارك في العلوم والتكنولوجيا المتقدمة وغيرها من الجوائز

(المستكشف النشط - ريبيكا هوي)

* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

- هي رائدة أعمال ومستكشفة في ناشيونال جيوجرافيك .
- حاصلة على درجة البكالوريوس في إدارة الأعمال والدراسات الحضرية ، ودرجة الماجستير في تخطيط المدن .
- (رائد الأعمال) هو الشخص الذي يحددِ فرصة تجارية ، ويؤسس مشروعاً تجاريا يقدم منتجا أو خدمة معينة لتلبية حاجات السوق .
- كان لديها فكرة مبتكرة استطاعت أن تحولها إلى مشروع تجاري ، وتتمثل فكرتها في مساعدة الفنانين في المجتمعات حولِ العالم على تسويق تصاميمهم والحصولِ على عائد مادي مستدام
- خطرت هذه الفكرة للسيدة هوي عندما لاحظت أن العديد من الفنانين الموهوبين والمبدعين في القرى الريفية يغادرون للبحث عن عمل في المدن .
- ويتمتع هؤلاءِ الفنانون بتراث ثقافي ينبع من بيئتهم وتاريخهم وهويتهم .
- بدأت تفكر في طريقة تمكن الفنانين من البقاءِ في مجتمعاتهم الريفية، ومواصلة تقديم إبداعاتهِم الفنية ، والوصول إلى عدد كاف من العملاءِ لكي يحققوا دخلا جيدا .
- وتوصلت السيدة هوي بالفعلِ إلى حل مبتكر وهو استخدام شبكة الإنترنت لتسويق الأعمال الفنية ، وأنشأت موقعا إلكترونيا يتيح للفنانين عرض تصاميمهم بعيدا عن أي ضرر، ويمكن للمصممين حول العالم أن يدفعوا مقابل الاطلاع على تصاميم الفنانين والتواصل معهم من أجل التعاون سويا. ويتقاضى الفنانون مقابلا ماليا عند حصول الشركات على تراخيص لاستخدام التصاميم على منتجات مثل الملابس والأدوات المكتبية. فبمجرد رفع تصاميمهم إلى الموقع الإلكتروني، يصبح في إمكان الشركات من كافة أنحاءِ العالم الوصول إليها بشكل عادل

(المستكشف النشط - ريبيكا هوي)

* *

- يتمثّل دور السيّدة هوي في جذب الشركات إلى الموقع، وترجمة القيمة الثقافية لعمل المصممين ، وتعمل شركة السيدة هوي كمنصة تسهل عملية العثورعلى تصاميم فنية .

- (رأس المال) هو الأموال أو المعدات التي تحتاجها لبدء مشروع تجاري ، ويمكن الحصول عليه من أموال مدخره أو قرض يمكن سداده بعد فترة .

- بالنسبة إلى الفنانّين ، تعتبر أجهزة الكمبيوتر وأجهزة الماسح الضوئي بمثابة رأس المال .

- وتوفر شركة السيدة هوي جهاز كمبيوتر وماسحا ضوئيا للفنانين المتواجدين في قرية ما، بحيث يتشاركون جميعا إستخدامها .

- وعندما تدفع إحدى الشركات العالمية مبلغا ماليا للحصول على ترخيص لاستخدام أحد تصاميمهم المعروضة عبر الموقع الإلكتروني، تنشىء شركة السيدة هوي دفعات مشاركة الأرباح للمجتمع، ويستخدم الفنانون المال للتعلم وللاحتياجات المنزلية وللضروريات الأخرى للأسرة .

- تقدر السيّدة هوي أن الدخل الذي يحققه الفنانون في الوقت الحالي يعادل ٢٥ ٪ أكثر مما كانوا يكسبونه في السابق، وحتى الآن، يوجد على موقعها الإلكتروني أكثر من ١٠ آلاف تصميم لفنانين من ٣١ مجتمعا محليا حول العالم .

(المستكشف النشط - ريبيكا هوي)

* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *

هناك عدة خطوات لكي تصبح (رائد أعمال)

الخطوة الأولى

تحديد مجال العمل الذي يثير اهتمامك

مثل (صناعة المربى – إعادة تدوير الملابس – بيع الأزهار – منتجات خشبية مثل الفانوس – وغيرها)

الخطوة الثانية

تحديد العملاء أي من سيشتري الخدمة أو المنتج

الخطوة الثالثة

التفكير في منتج أو خدمة يحتاج إليها العملاء المستهدفين

مثل (الملابس الكاجوال – ملابس الرياضة – غيرها)

الخطوة الرابعة

إيجاد ما يحتاجون إليه من خامات ومعدات وعمال حتى يتمكنوا من تصنيع المنتج أو تقديم الخدمة